

Stressors in nursing with double or more working hours

Lima, Marlinir Bezerra de; Silva, Lucilane Maria Sales da; Almeida, Francisca Cláudia Monteiro; Torres, Raimundo Augusto Martins; Dourado, Hanna Helen Matos

Veröffentlichungsversion / Published Version
Zeitschriftenartikel / journal article

Empfohlene Zitierung / Suggested Citation:

Lima, M. B. d., Silva, L. M. S. d., Almeida, F. C. M., Torres, R. A. M., & Dourado, H. H. M. (2013). Stressors in nursing with double or more working hours. *Revista de Pesquisa: Cuidado é Fundamental Online*, 5(1), 3259-3266. <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-328182>

Nutzungsbedingungen:

Dieser Text wird unter einer Free Digital Peer Publishing Licence zur Verfügung gestellt. Nähere Auskünfte zu den DiPP-Lizenzen finden Sie hier:
<http://www.dipp.nrw.de/lizenzen/dppl/service/dppl/>

Terms of use:

This document is made available under a Free Digital Peer Publishing Licence. For more Information see:
<http://www.dipp.nrw.de/lizenzen/dppl/service/dppl/>



STRESSORS IN NURSING WITH DOUBLE OR MORE WORKING HOURS

AGENTES ESTRESSORES EM TRABALHADORES DE ENFERMAGEM COM DUPLA OU MAIS JORNADA DE TRABALHO

FACTORES DE ESTRÉS EN LA ENFERMERÍA CON UN HORARIO DE TRABAJO DOBLE O MÁS

Marlinir Bezerra de Lima¹, Lucilane Maria Sales da Silva², Francisca Cláudia Monteiro Almeida³, Raimundo Augusto Martins Torres⁴, Hanna Helen Matos Dourado⁵

ABSTRACT

Objective: To investigate the main stressors in nursing workers double or more working hours, check the main signs and symptoms indicative of stress. **Methods:** A descriptive study with quantitative approach. It was developed in a public hospital in the metropolitan region of Fortaleza. The sample consisted of 30 professionals, and 46.7% nursing auxiliaries, 33.3% nurses and 20% technical. The data was collected during November-December 2008, through semi-structured questionnaire. **Results:** 93.3% of professionals are women aged 31-40 years. The study revealed several factors leading to stress, especially wage dissatisfaction (83%), lack of leisure (73%) and workload (60%), potentially damaging the quality of care. **Conclusion:** It was perceived scarcity of time that the nursing staff dedicated to rest, leisure, living with the family and their professional qualifications. **Descriptors:** Mental Health, Burnout, Professional, Nursing, Working Environment.

RESUMO

Objetivo: Investigar os principais agentes estressores nos trabalhadores de enfermagem com dupla ou mais jornada de trabalho; verificar os principais sinais e sintomas indicadores de estresse. **Métodos:** Estudo descritivo, com abordagem quantitativa. Desenvolvido em um hospital público da região metropolitana de Fortaleza-CE. A amostra constitui-se de 30 profissionais, sendo 46,7% auxiliares de enfermagem, 33,3% enfermeiros e 20% técnicos. A coleta ocorreu de novembro a dezembro de 2008, por meio de questionário semi-estruturado. **Resultados:** 93,3% dos profissionais são do sexo feminino na faixa etária de 31-40 anos. O estudo revelou vários fatores levando ao estresse, com destaque para insatisfação salarial (83%), falta de lazer (73%) e sobrecarga de trabalho (60%), potencialmente prejudiciais à qualidade da assistência. **Conclusão:** Percebeu-se a escassez de tempo que os trabalhadores de enfermagem dedicam ao descanso, ao lazer, ao convívio em família e à sua qualificação profissional. **Descritores:** Saúde mental, Estresse Ocupacional, Enfermagem, Ambiente de trabalho.

RESUMEN

Objetivo: Investigar los principales estresores de los trabajadores de enfermería doble o más horas de trabajo; revisar los principales signos y síntomas indicativos de estrés. **Métodos:** Estudio descriptivo, con enfoque cuantitativo. Fue desarrollado en un hospital público en la región metropolitana de Fortaleza. La muestra estuvo compuesta por 30 profesionales, y el 46,7% auxiliares de enfermería, enfermeras y técnicos del 33,3% al 20%. Los datos fueron recolectados durante noviembre-diciembre de 2008, a través de cuestionario semi-estructurado. **Resultados:** 93,3% de los profesionales son mujeres de entre 31-40 años. El estudio reveló varios factores que conducen al estrés, sobre todo la insatisfacción salarial (83%), falta de ocio (73%) y la carga de trabajo (60%), potencialmente dañando la calidad de la atención. **Conclusión:** Se percibe la escasez de tiempo que el personal de enfermería dedicado al descanso, al esparcimiento, la convivencia con la familia y de sus cualificaciones profesionales. **Descriptor:** Salud Mental, Agotamiento Profesional, Enfermería, Ambiente de Trabajo.

¹ Enfermeira do município de Caucaia - CE. E-mail: marlinirb@bol.com.br. ² Profa. Doutora da Universidade Estadual do Ceará. Coordenadora do Grupo de Pesquisa do CNPq - Laboratório de Pesquisa e de Práticas Coletivas em Saúde - LAPRACSE. E-mail: lucilanemaria@yahoo.com.br. ³ Enfermeira da Estratégia Saúde da Família de Fortaleza-CE. Especialista em Saúde da Família e Mestranda em Saúde Pública pela Universidade Estadual do Ceará. Membro LAPRACSE. E-mail: claudmonteiro@yahoo.com.br. ⁴ Prof. Doutor da Universidade Estadual do Ceará. Membro LAPRACSE. E-mail: guto70@hotmail.com. ⁵ Acadêmica do 9º semestre de Enfermagem da Universidade Estadual do Ceará, bolsista FUNCAP, participante do grupo LAPRACSE. E-mail: hannadourado@yahoo.com.br.

INTRODUÇÃO

Atualmente o estresse em profissionais de enfermagem, sobretudo os que têm mais de uma jornada de trabalho, é expressivo, o que caracteriza um relevante problema de saúde ocupacional e representa um dos principais desafios da enfermagem moderna. Um estudo realizado no Caribe entre trabalhadores de enfermagem, utilizando as variáveis: estresse, depressão e Burnout, encontrou forte relação entre a saúde mental e o trabalho de enfermagem.¹

O estresse pode ser definido como reações desenvolvidas pelo organismo ao vivenciar desequilíbrios emocionais, fisiológicos e/ou psicológicos, devido a agentes estressores, em que a pessoa percebe como benéfica ou maléfica; agradável ou desagradável e ameaçadora ou prazerosa. Nessa situação o organismo alvo precisa mobilizar energia extra para retomar seu equilíbrio inicial. Assim, dependendo das características individuais, esta energia pode ser capaz, ou não, de evitar que a pessoa entre no estado de estresse.² Mas entendemos que o estresse, se identificado, pode ser revertido.

O estresse no trabalho nem sempre resulta em adoecimento físico. Ele pode aparecer de outras formas, tais como: insatisfação, alta rotatividade, absenteísmo, baixos níveis de desempenho no trabalho e violência.³ Tais formas de estresse deveriam ser uma alerta para a prevenção dos problemas de saúde mental e ocupacional.

Os trabalhadores de enfermagem muitas vezes, necessitam de vários vínculos de trabalho, por situação econômica desfavorável e baixos salários que prejudicam a qualidade de vida. Estes, em geral, assumem dupla jornada de trabalho com turnos diferentes, executando intervenções que exigem muita atenção, como o cuidado de pacientes graves, dentro de ambientes

hospitalares, o que traz como consequência o desencadeamento de estresse.

O contexto hospitalar é caracterizado por um tipo de trabalho com exposição a diversos riscos e forte carga emocional devido ao enfrentamento de doenças e mortes.⁴

A grande demanda de clientes para cada profissional, a jornada de trabalho exaustiva, a pressa para desenvolver todas as suas atribuições sem deixar falhas, as condições de trabalho desfavoráveis, o medo do desemprego, talvez sejam alguns dos motivos que contribuam para o agravamento da saúde desses trabalhadores. Além disso, o cuidar do ser que é cuidador tem sido pouco valorizado pelos próprios profissionais da saúde.⁵

Sabe-se que as atividades exercidas pela enfermagem exigem alto grau de organização, produtividade e pressão do tempo o que requer maior controle emocional que outras profissões.³

Ressalta-se que os estressores ocupacionais, quando persistem, podem levar a Síndrome de Burnout (SB). Esta é conhecida como uma resposta emocional à situação de estresse crônico, inclusive no trabalho, em função de relações intensas com outras pessoas como também devido às várias atividades desenvolvidas, sendo um processo gradual de desgaste do humor e desmotivação.⁶

A partir do exposto elaboramos como questões desse estudo: Quais os principais agentes estressores na percepção dos trabalhadores de enfermagem com dupla jornada de trabalho? Que mecanismos de enfrentamento são utilizados por esses trabalhadores para minimizar os efeitos desses agentes?

Pesquisas como esta gera questionamentos, discussões e reflexões acerca do estresse no ambiente de trabalho do setor saúde. Os agentes estressores quando presentes podem causar problemas no ambiente de trabalho. Para a enfermagem, podem ocorrer dificuldades ao desenvolver técnicas e habilidades, o que acarreta

Lima MB, Silva LMS, Almeida FCM *et al.*

Stressors in nursing...

risco ao cliente. Além disso, estudo sobre essa temática pode suscitar no âmbito da gestão, políticas que promovam uma qualidade de vida no trabalho e conseqüentemente uma melhor assistência ao cliente.

Objetivou-se investigar os principais agentes estressores nos trabalhadores de enfermagem com dupla jornada de trabalho; verificar os principais sinais e sintomas indicadores de estresses e identificar rede de apoio ou enfrentamento do estresse por esses trabalhadores.

METODOLOGIA

Estudo descritivo com abordagem quantitativa. A pesquisa descritiva⁷ se usa para descrever e explicar determinados fenômenos sociais, psico-sociológicos, técnico-linguísticos, entre outros.

A pesquisa foi desenvolvida em um hospital público, situado no município de Caucaia, na região metropolitana de Fortaleza-CE. Trata-se de um hospital pólo de referência para micro regional II do Estado, que presta assistência de média complexidade em clínica médica, cirúrgica, pediatria, ginecologia, obstetrícia e traumatologia.

A população constituiu-se de 123 trabalhadores de enfermagem vinculados à instituição do estudo. A amostra constituiu-se por 30 (trinta) profissionais de enfermagem, sendo 10 de nível superior e 20 de nível médio (14 auxiliares e 6 técnicos). Este número deve-se ao fato de apenas estes contemplarem os critérios de inclusão da pesquisa, ou seja, apresentarem dupla jornada ou mais de trabalho na saúde, incluindo área hospitalar e saúde pública e aceitarem participar do estudo. Esta seleção ocorreu mediante informações das chefias de enfermagem e escala de serviço dos trabalhadores.

Utilizou-se um questionário semi-estruturado para o levantamento de informações

junto aos profissionais, procurando contemplar os pontos fundamentais da pesquisa, relativos a variáveis que descrevem os principais agentes estressores identificados no ambiente de trabalho, sinais e sintomas físicos e psicológicos identificados pelos trabalhadores, conforme lista sugerida por Rocha & Glima⁸ apresentada aos trabalhadores, bem como os mecanismos de enfrentamento destes. Todos os trabalhadores com mais de uma jornada de trabalho aceitaram participar da pesquisa, mediante assinatura do consentimento livre esclarecido. O período da coleta foi de novembro a dezembro de 2008.

A análise dos dados foi realizada através de estatística descritiva simples com valores absolutos e relativos e apresentados por meio de tabelas. As questões abertas foram tratadas de forma descritiva, sendo reforço às questões discutidas nas tabelas.

A pesquisa foi encaminhada ao Comitê de Ética da Universidade Estadual do Ceará (UECE) para ser apreciada conforme resolução 196 do Conselho Nacional de Saúde (CNS), no que diz respeito à pesquisa com seres humanos. (BRASIL). Foi aprovada com o protocolo de número FR 211528/2008.

Durante a realização do estudo foram observados e respeitados os aspectos éticos da pesquisa garantindo-se os direitos e os anonimatos dos envolvidos no estudo.

RESULTADOS E DISCUSSÃO DOS DADOS

Quase a metade (47%) dos trabalhadores é auxiliar de enfermagem. A maioria encontra-se na faixa de 20 a 40 anos (70%), são solteiros (57%) e do sexo feminino (97%), confirmando que a enfermagem é uma profissão predominantemente feminina (TABELA 1).

TABELA 1 - Distribuição dos trabalhadores de enfermagem de acordo com o perfil, Caucaia/CE - 2008.

VARIÁVEIS		N	%
Profissão	Auxiliar	14	47
	Técnico	06	20
	Enfermeiro	10	33
Idade em anos	20 - 30	08	27
	31 - 40	13	43
	41 - 50	09	30
Estado Civil	Solteiro	17	57
	Casado	12	40
	Viúvo	01	03
Sexo	Feminino	29	97
	Masculino	01	03

Em relação à situação de trabalho, 77% dos profissionais relataram ter três turnos de trabalho na área hospitalar, conciliando atividades também na área da saúde pública e a maioria tem de 5 a 10 anos de experiência.

Tratando-se das diferentes categorias da enfermagem, os auxiliares foram os que apresentaram mais turnos de trabalho, sendo 86% com três turnos. Enquanto a categoria enfermeiro, 60% trabalham três turnos (TABELA 2).

TABELA 2 - Distribuição dos trabalhadores de enfermagem quanto ao cargo e número de turnos de trabalho em hospital e na saúde pública, Caucaia/CE -2008.

Variáveis	Trabalhadores de Enfermagem							
	Enfermeiro		Técnico de Enfermagem		Auxiliar de Enfermagem		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Dois turnos de trabalho	04	40	01	17	02	14	07	23
Três turnos de trabalho	06	60	05	83	12	86	23	77
TOTAL	10	100	06	100	14	100	30	100

Segundo a tabela 3, são vários os fatores que levam ao estresse, com destaque para insatisfação salarial (83%), falta de lazer (73%) e sobrecarga de trabalho (60%).

TABELA 3 - Distribuição dos fatores que contribuem para o desenvolvimento do estresse conforme os trabalhadores de enfermagem, Caucaia/CE - 2008.

Fatores relacionados ao estresse	N	%
Vida Urbana	10	33
Falta de lazer	22	73
Problemas Familiares	11	37
Ruídos	05	17
Iluminação inadequada	01	03
Risco de acidente de trabalho	08	27
Sobrecarga de trabalho	18	60
Responsabilidade por outras pessoas no trabalho	12	40
Ritmo de trabalho	14	47
Insatisfação salarial	25	83
Relações Interpessoais	02	07
Jornada de trabalho	13	43

Conforme rastreamento dos sinais e sintomas individuais físicos e psicológicos no ambiente de trabalho, apontados pelos sujeitos do estudo, a partir de lista sugerida, construímos uma tabela (TABELA 4) com escala numérica para denominar o grau de complexidade do sintoma.

TABELA 4 - Distribuição dos sintomas físicos e psicológicos referidos pelos trabalhadores de enfermagem, Caucaia/CE - 2008.

		Escala Numérica				
	Descrição dos Sintomas	00	01	02	03	04
Físicos	Tensão muscular	00	07	13	06	04
	Aumento da sudorese	16	09	03	01	01
	Taquicardia	13	10	05	02	02
	Aperto de mandíbula	20	04	04	01	01
	Hiperatividade	13	07	05	04	01
	Náuseas	17	06	05	01	01
	Mãos e pés frios	26	01	01	01	01
Psíquicos	Ansiedade	04	07	05	08	06
	Angustia	09	07	08	03	03
	Insônia	08	07	06	07	02
	Dificuldade em relacionar-se	15	08	04	03	00
	Preocupações excessivas	06	10	02	05	07
	Dificuldade em relaxar	06	10	04	07	03
	Raiva	06	10	09	03	02
	Cansaço	01	02	12	09	06
	Choro	13	05	04	03	05

Além dos sintomas psicológicos, chamou-nos a atenção o aparecimento de sintomas físicos nos quais os trabalhadores com dupla ou mais jornada desenvolveram tais como; tensão muscular moderada (13), taquicardia leve (10), hiperatividade leve (7), além de náuseas em escala moderada (5), entre outros.

Percebemos diversas formas de enfrentamento do estresse, provavelmente

Lima MB, Silva LMS, Almeida FCM *et al.*

Stressors in nursing...

relacionada à história de vida e comportamento de cada pessoa (TABELA 5).

TABELA 5 - Distribuição dos fatores que contribuem para o enfrentamento do estresse dos profissionais de Enfermagem, Caucaia/CE - 2008.

Fatores de enfrentamento do estresse	N	%
Família	18	60
Amigos	10	33
Apoio profissional	07	23
Grupo de oração/ conversar com Deus	09	30
Namorar	01	03
Assistir filmes	01	03
Ir ao shopping	01	03
Fazer trabalhos manuais	01	03
Dormir	01	03

A família, os amigos e o apoio religioso foram apontados como os principais fatores de enfrentamento do estresse. Além disso, o apoio profissional também foi indicado por 23% dos trabalhadores como fator de enfrentamento para o estresse.

Diante dos resultados apresentados, verifica-se a presença de vários agentes estressores para aqueles profissionais de enfermagem com dupla ou mais jornada de trabalho.

Quanto à situação de trabalho, os vários turnos assumidos pelos profissionais possivelmente decorrem de suas condições pessoais, laborativas e financeiras, levando-os a depender de mais de um emprego e ficando expostos a diversos fatores de riscos desencadeadores de estresse.

A dupla ou mais jornada de trabalho é necessária aos trabalhadores de enfermagem devido à situação econômica da área da saúde com baixos salários, insuficientes para o sustento da família, o que leva a busca por novas fontes de renda.⁹ Essa realidade pode interferir em alguns aspectos referentes à qualidade de vida dos trabalhadores. Além do ritmo acelerado e exaustivo gerado pelos vários vínculos.

Percebeu-se que os trabalhadores de enfermagem quase não dispõem de tempo para descansar, conviver com a família, ter lazer e qualificar-se. O trabalho exaustivo e sem qualidade de vida, pode comprometer a

assistência de enfermagem que hoje necessita de profissionais atualizados com as novas tecnologias. Além disso, o atendimento noturno é mais penoso do que o executado durante o dia. O déficit do sono reduz a capacidade cognitiva e de execução de tarefas, expondo o trabalhador e o paciente a acidentes e falhas.¹⁰

Em se tratando dos auxiliares de enfermagem, que apresentaram a maior jornada, os fatores geradores de estresse se agravam, visto que, esta categoria tem um esforço físico considerável, onde a maior parte do trabalho manual de enfermagem é de sua responsabilidade e a sobrecarga pode prejudicar suas funções cotidianas. Provavelmente a baixa remuneração dessa categoria favoreça a busca por mais turnos de trabalho, prejudicando assim sua saúde ocupacional. Esse cotidiano difícil leva muitas vezes ao estresse. Citando a categoria dos técnicos de enfermagem, além da jornada excessiva de trabalho, muitas vezes a remuneração não acompanha sua qualificação, uma vez que recebe os mesmos salários dos auxiliares de enfermagem, fato citado por alguns trabalhadores do estudo.

O enfermeiro, apesar de ter apresentado o menor percentual de turnos de trabalho, este é o responsável direto pelo paciente grave, segundo a lei do exercício profissional (Lei 7.498), cabe a esse profissional tomar decisões urgentes, planejar, organizar, programar e evoluir intervenções de enfermagem. Notadamente esse profissional pode desenvolver reações negativas em resposta ao estresse no ambiente hospitalar quanto ao grau de responsabilidade que o mesmo assume nesses turnos.

Refletindo quanto à questão da enfermagem no âmbito hospitalar, ressalta-se que a organização hospitalar tem como principal objetivo a satisfação do trabalhador e a atenção personalizada ao paciente, no entanto muitas instituições são extremamente burocráticas e a gerência de enfermagem não tem participação

Lima MB, Silva LMS, Almeida FCM *et al.*

Stressors in nursing...

efetiva na formulação dos planos institucionais, piorando a situação do trabalhador de enfermagem, favorecendo a sobrecarga de trabalho e por sua vez desencadeando o risco para o estresse.¹¹

A redução do tempo livre produz nos trabalhadores uma angustia devido à diminuição da convivência familiar assim como o tempo dedicado ao aperfeiçoamento técnico e a outros aspectos, tais como lazer, autocuidado e cultura. Também baixos salários e o não reajuste são causas apontadas para a decisão por parte dos trabalhadores pelo aumento da jornada de trabalho.¹²

As diversas situações relatadas pelos profissionais com relação às condições de trabalho mostram alguns elementos que retratam a percepção de uma realidade ocupacional difícil, instável, geradora de sofrimento e estresse.

Existe várias situações no meio hospitalar que quando associadas à infidelidade do ambiente, possuem chances de alterar a economia psicossomática dos trabalhadores enfermeiros, ou seja, quando os mecanismos internos de defesa não conseguem responder positivamente e adequadamente pressões impostas pelo meio, os trabalhadores podem adoecer.¹³

Notadamente, grande parte das medidas necessárias para evitar os problemas psicossociais dos trabalhadores é de caráter social, político ou econômico, mas destaca a função dos serviços de higiene do trabalho na determinação dos fatores de estresse que atuam no ambiente de trabalho e entre trabalhadores. O autor propõe que se avaliem, por ocasião do exame admissional, os antecedentes psicológicos, a capacidade do trabalhador e as expectativas em relação ao emprego, buscando encontrar os postos de trabalho adequados. Quando do exame periódico, o autor recomenda a observação de modificação de comportamento, assinalando como queixa freqüente a sensação de fadiga. Propõe também

conhecer as atividades de lazer e o ambiente familiar.¹⁴

Em uma revisão sobre estudos epidemiológicos com trabalhadores expostos a fatores de estresse no trabalho foram detectadas as seguintes perturbações funcionais: sintomas musculares (tensão e dor); sintomas gastrintestinais (dispepsia, indigestão, vômito, pirose e irritação do cólon); sintomas cardíacos (palpitações, arritmias e dores inframamílares) e sintomas respiratórios (dispnéias, hiperventilação).¹⁴

O estudo dos sinais e sintomas dos profissionais de enfermagem condiz com a tabela 3 em que 73% dos profissionais não gozam de lazer, 60% tem sobrecarga de trabalho e 83% não estão satisfeitos com o salário, prejudicando assim seu equilíbrio psicossocial e levando ao aparecimento de sintomas tão graves à saúde física e mental.

O indivíduo para enfrentar o estresse pode utilizar ações de confronto direto e ações de confronto indireto. No confronto direto observamos que a família representa uma rede social de enfrentamento em que 60% dos profissionais de enfermagem confiam mais.¹⁵ Ainda no confronto direto notamos que 33% dos profissionais com dupla jornada de trabalho recorrem aos amigos. Acreditamos que cada um deles tem uma visão de mundo que varia entre a cultura dos mesmos, nessas interações os amigos são valorizados como fonte de apoio e enfrentamento para amenizar o estresse.

Levando em consideração a tabela 4 dos sintomas físicos e psicológicos, constatamos a necessidade de um acompanhamento profissional especializado na área de saúde mental, devido à presença de quadro de estresse agudo. Esse profissional atuará de forma científica, ética e humana. Há possibilidades de escuta e exploração das situações difíceis de serem abordadas para outra pessoa sem manejo terapêutico. São diversas formas de tratamento.

Lima MB, Silva LMS, Almeida FCM *et al.*

Stressors in nursing...

Interessante observar que namorar foi revelado por 3% dos trabalhadores como fator de enfrentamento, talvez o relacionamento com o outro, a troca de afeto e principalmente a utilização do toque representando provavelmente uma forma de demonstrar carinho, de sentir-se amparado e amado.

A linguagem dos sentidos, na qual podemos ser socializados, é capaz de ampliar nossa valorização do outro com o mundo e de aprofundar nossa compreensão em relação a eles. O ser humano pode passar a vida toda cega, surda e completamente desprovida dos sentidos do olfato e do paladar, mais não poderá sobreviver de modo algum sem as funções desempenhadas pela pele. O sexo tem sido considerado hoje a mais completa forma de toque. Em seu sentido mais profundo o tato é considerado verdadeira linguagem do sexo.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O estudo revelou a realidade dos trabalhadores de enfermagem (Enfermeiros, Técnicos e Auxiliares) com dupla ou mais jornada de trabalho.

Os fatores estressores apontados foram a insatisfação salarial (mais citado), a falta de organização hospitalar, o ritmo de trabalho, as responsabilidades por outras pessoas, os ruídos e o risco de acidente de trabalho.

Os sintomas psicológicos gerados pelo estresse foram os mais expressivos. No entanto, os sintomas físicos como tensão muscular moderada, taquicardia leve, hiperatividade leve, além de náuseas em escala moderada, entre outros, também foram importantes elementos citados como agentes que interferem na saúde e no trabalho do profissional da saúde.

Segundo sugestões dadas para evitar ou reduzir o estresse os trabalhadores de enfermagem optaram por aumento de salário,

redução de carga horária, lazer e não necessitar de mais de um emprego. Além de promoção de melhor ambiente de trabalho, melhor definição de papéis, maior período de descanso e reconhecimento funcional. Percebe-se, então, a necessidade de valorização e regulamentação profissional, pois a insegurança no sistema atual do trabalho dessa categoria, é fator gerador de estresse.

Para o enfrentamento do estresse, entre outras coisas, foram citados: o apoio dos amigos e o acompanhamento do profissional por especialista em saúde mental, explorando a escuta. No âmbito afetivo, os relacionamentos amorosos também são considerados como mecanismos de enfrentamento para o estresse.

Assim, há uma importante presença dos agentes estressores na enfermagem que contribuem para redução da qualidade de vida.

A valorização do profissional tanto em termos ideológicos e econômicos deve equacionar-se, visto que estamos inseridos em uma sociedade capitalista e é um diferencial a ascensão efetiva das percepções pecuniárias dos trabalhadores de enfermagem.

Conclui-se ainda que, ações efetivas que favoreçam o ambiente de trabalho e as relações, além de condições estruturais necessárias para o desenvolvimento do trabalho, devem ser observadas pelos gestores da saúde, para proporcionarem um ambiente de trabalho e condições que possam reduzir os níveis de estresse dos profissionais da saúde, favorecendo a qualidade da assistência.

REFERÊNCIAS

1. Manetti ML, Marziale MHP. Fatores associados à depressão relacionada ao trabalho de enfermagem. *Estud Psicol.* 2007 [acesso em 12 fev 2010]; 12(1): 79-85. Disponível em http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1413-294X2007000100010.

Lima MB, Silva LMS, Almeida FCM *et al.*

Stressors in nursing...

2. Servo MLS, Araújo PO. O Estress e o Processo de Trabalho de Supervisão da Enfermeira de Unidade Saúde da Família: Uma Revisão Teórica. *Diálogos & Ciência - Revista da Rede de Ensino FTC*. 2007 maio [acesso em 28 abr 2008]; V(10). Disponível em: <http://www.ftc.br/dialogos>.
3. Schmidt DRC, Dantas RAS, Marziale MHP, Laus AM. Estresse ocupacional entre profissionais de enfermagem do bloco cirúrgico. *Texto contexto- enferm*. 2009 abr-jun [acesso em 12 mar 2010];18(2):330-7. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104.
4. Elias MA, Navarro VL. A relação entre o trabalho, a saúde e as condições de vida: negatividade e positividade no trabalho das profissionais de enfermagem de um hospital escola. *Rev Latino-am Enferm*. 2006 ago [acesso em 12 mar 2010];14(4):517-25. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0104-11692006000400008.
5. Baggio MA. Relações humanas no ambiente de trabalho: o (des)cuidado de si do profissional de enfermagem. *Revista Gaúcha de Enfermagem* 2007;28(3):409-15.
6. Jodas DA, Haddad MCL. Síndrome de Burnout em trabalhadores de enfermagem de um pronto socorro de hospital universitário. *Acta paul enferm*. 2009 [acesso em 12 mar 2010]; 22(2):192-7. Disponível em: http://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0103.
7. Leite FT. Metodologia científica: iniciação a Pesquisa Científica, Métodos e Técnicas, Metodologia da Pesquisa e Trabalho científico, (Monografia e Dissertações, Tese e Livros). Fortaleza: Gráfica UNIFOR; 2004. p. 284.
8. Rocha EL; Glima, DR. Distúrbios psíquicos relacionados ao trabalho. In Júnior MF. Saúde no trabalho. Temas básicos para o profissional que cuida da saúde dos trabalhadores. São Paulo: Roca; 200 p. 320-48.
9. Pafaro RC, Martino MMF. Estudo do estresse do enfermeiro com dupla jornada de trabalho em um hospital de oncologia pediátrica de Campinas. *Rev esc enferm USP*. 2004 jun [acesso em 12 mar 2010];38(2):152-60. Disponível em: <http://www.scielo.br/pdf/reeusp/v38n2/05.pdf>.
10. Hagg GS, Lopes MJM, Sckuck JS. A enfermagem e a saúde dos trabalhadores. 2ª ed. Goiânia: AB; 2001. p.109-24.
11. Lautert L. O desgaste profissional: estudo empírico com enfermeiras que trabalham em hospitais. *Rev Gaúcha Enferm* 1997;18(2):133-44.
12. Veras VSD. Aumento da jornada de trabalho: qual a repercussão na vida dos trabalhadores da enfermagem [dissertação]. Natal (RN): Centro de Ciências da Saúde. Universidade Estadual do Rio Grande do Norte; 2003. 88 p.
13. Fonseca AM, Soares E. Desgaste emocional: depoimento de enfermeiros que atuam na área hospitalar. *Rev Rene* 2006;7(1).
14. Ferreira Jr., M. Saúde no trabalho: temas básicos para os profissionais que cuidam da saúde dos trabalhadores. São Paulo: Roca; 2002. p. 321-39.
15. Calderero ARL, Miasso AI, Corradi-Webster CM. Estresse e estratégias de enfrentamento em uma equipe de pronto atendimento. *Rev Eletr Enf* 2008 [acesso em 12 mar 2010];10(1):51-62. Disponível em: <http://www.fen.ufg.br/revista/v10/n1/v10n1a05.htm>.

Recebido em: 22/03/2012

Aprovado em: 02/09/2012